

ДГ „ПЪРВИ ЮНИ“ ПРЕДСТАВЯ: КРАТЪК НАРЪЧНИК ЗА РОДИТЕЛИ

„ДИГИТАЛНА БЕЗОПАСНОСТ И ХИГИЕНА У ДОМА“

Уважаеми родители, в детската градина полагаме основите на дигиталната култура. За да бъдат децата ни здрави и защитени, е важно да продължим тези правила и вкъщи.

1. ЗЛАТНОТО ПРАВИЛО: „3-6-9-12“ (на Серж Тисерон)

- **До 3 години:** Без екрани. Детето има нужда от сетивни преживявания (пипане, хвърляне, мирисане), а не от пасивно гледане.
- **От 3 до 6 години:** Ограничено време (до 20-30 мин. на ден). Винаги с възрастен, който обяснява какво се случва на екрана.
- **Без екрани по време на хранене и преди сън:** Синята светлина пречи на заспиването и на правилните хранителни навици.

2. „ДИГИТАЛНА ХИГИЕНА“ ЗА МАЛКИТЕ ОТКРИВАТЕЛИ

- **Качество пред количество:** Избирайте образователни приложения без реклами и агресивни звуци.
- **Разстояние:** Екранът трябва да е поне на 40-50 см от очите.
- **Позата е важна:** Не позволявайте на детето да се прегърбва над телефона. Най-добре е устройството да е на стойка или маса.

3. БЕЗОПАСНОСТ В МРЕЖАТА

- **Родителски контрол:** Използвайте приложения като *Google Family Link* или настройките на *YouTube Kids*, за да филтрирате съдържанието.
- **Лични данни:** Обяснете на детето, че неговото име, адрес и снимки са „вълшебни тайни“ и не се дават на никого в екрана.
- **Ако види нещо страшно:** Научете детето веднага да казва: „Мамо/Тате, на екрана излезе нещо странно!“. Не му се карайте – похвалете го, че ви е споделило.

4. БЪДЕТЕ МОДЕЛ ЗА ПОДРАЖАНИЕ

Децата не слушат какво им говорим, те гледат какво правим. Ако ние постоянно сме с телефон в ръка, те ще искат същото. Опитайте „Час без технологии“ всяка вечер за цялото семейство.

„Детето има нужда от Вашето лице, а не от Вашето Фейсбук лице.“

С обич: Екипът на ДГ „Първи юни“